

Surveillance après la pose d'un plâtre

Le plâtre qui vient de vous être posé doit sécher pendant 48 heures à l'air libre (4 heures s'il s'agit d'une résine) : pendant cette période, pas d'appui ni de choc.

- **Surélevez le plus possible le membre plâtré, y compris la nuit.**
 - Pour un plâtre au membre inférieur : au repos, la cheville doit être placée en permanence plus haute que le genou (assis : posez le pied sur un tabouret ; allongé : surélevez les pieds du lit de 15 cm) et en cas de déplacement, utilisez les cannes béquilles anglaises si l'appui direct n'est pas autorisé.
 - Pour le plâtre au membre supérieur : la main doit être placée en permanence plus haute que le coude. La journée, gardez le bras en écharpe et la nuit surélevez le bras avec un coussin.
- **Bougez régulièrement les extrémités du membre plâtré (orteils, doigts) afin de favoriser la circulation.**
- **Rechercher toutes les anomalies :**
 - Difficulté à remuer les extrémités (orteils ou doigts), Apparition ou augmentation des douleurs (Crampes, fourmillement...).
 - Gonflement des extrémités avec sensation de plâtre trop serré, Changement de coloration des extrémités (blanc, rouge ou bleuté).
 - Refroidissement ou augmentation de chaleur des extrémités, Ecoulement par le plâtre.
 - Odeur dégagée par le plâtre.
- **Ne pas mouiller le plâtre ni y introduire d'objet.**

En cas d'anomalie sus décrites, de plâtre cassé ou d'apparition de signes généraux (fièvres, frissons, envie de vomir, douleur dans la poitrine ou essoufflement) consultez immédiatement (de jour comme de nuit) votre médecin traitant ou le service des urgences de l'hôpital le plus proche.